

Література

1. Амосов М.М. Здоров'я / М.М. Амосов. – К. : Нива, 1997. – 144 с.
2. Брехман И.И. Введение в валеологию – науку о здоровье / И.И. Брехман. – Л. : Наука, 1987. – 125 с.
3. Броуэр Л. Фармацевтическая и продовольственная мафия. Последствия ее деятельности: дискредитация аллопатической медицины и серьезные проблемы состояния здоровья населения Запада / Л. Броуэр ; пер. с фр. Н.Н. Сенченко. – К. : ИД «Княгиня Ольга», 2002. – 280 с.
4. Лібанова Е.: В Україні демографічний потенціал вичерпано. Ми вимираємо вже 50 років [Електронний ресурс] // Режим доступу : <http://asn.in.ua/ua/news/interview/75247-ehlla-libanova-v-ukraine-demograficheskijj-potenci.html>
5. Платонов В.Н. Сохранение и укрепление здоровья здоровых людей – приоритетное направление современного здравоохранения // Спортивна медицина. – 2006. – № 2. – С. 3–14.

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИЙ АСПЕКТ ВИХОВАННЯ В ДОШКІЛЬНОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ ЯК АКТУАЛЬНА ПРОБЛЕМА У СУЧАСНОМУ АНТРОПОЛОГІЧНОМУ ПРОСТОРИ

Просенюк А. І.

Університет Ушинського, м. Одеса, Україна

Анотація. Охарактеризовано здоров'язбережувальний вектор виховання як одну з актуальних проблем сучасної дидактики. Розглядаються методологічні концепти організації навчально-виховного процесу у ДНЗ на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у дітей дошкільного віку.

У навчально-виховній системі сучасного педагога більш очевидною стає проблема його здоров'язбережувальної діяльності. Щоправда, у звичній ситуації, що склалася в сучасній освіті, з'являються паростки інтеграції засобів на стиках освіти, збереження здоров'я, культури.

У зв'язку з погіршенням стану здоров'я дітей, причиною якого є сучасний екологічний стан, відсутність балансу в емоційних, інтелектуальних, фізичних навантаженнях, актуалізується проблема оздоровчого супроводу та підготовки вихователя ДНЗ до здоров'язбережувальної діяльності. У сучасних наукових джерелах

проблеми дії факторів впливу на здоров'я дітей, які відносяться до групи медико-соціального ризику, досліджувалися ученими Е. Зборовським, І. Салгодовою, Г. Мариничевою, А. Зеленко та ін.). Вони одноставно наголошують на тому, що у період інтенсивного розвитку дитячий організм чутливий до різноманітних впливів середовищ та обставин. На сьогодні в Україні наявна лише незначна кількість навчально-методичних посібників, присвячених окремим аспектам навчально-виховної роботи з дітьми у ДНЗ компенсуючого типу (О. Астаф'єва, Ю. Гаркуша, Л. Козирєва, Е. Коороткова, І. Морозова, Н. Ніщева, Л. Павлова, М. Пушкарьова, Ю. Рібцу).

Н. Агаджанян, досліджуючи стан здоров'я дітей та їх спосіб життя, виявив між ними стійкий зв'язок. Дослідник виступає за наукові обґрунтування введення інтенсивного навчання з обов'язковим урахуванням частих фактів погіршення здоров'я дітей, зниження резервних можливостей організму [1, с.15].

Ефективність формування повноцінної та гармонійної особистості дошкільника вимагає активного його залучення до здоров'язберігаючого процесу як критеріальної категорії, оскільки поняття «здоров'я» Всесвітньою Організацією Охорони здоров'я вміщує такі складові: фізичний, психічний (тому стан здоров'я асоціюється, перш за все, з поведінковими факторами ризику) та соціальний гаразд [4]. Аналіз роботи ДНЗ у напрямку здоров'язбережувальної діяльності дозволяє дійти висновку про те, що в процесі роботи працівники ДНЗ та батьки повинні дотримуватися виділених нами складових цієї діяльності, що, в свою чергу, має поєднувати такі форми і види роботи:

1) забезпечення умов **фізичної** складової здоров'я: (корекція порушень постави, профілактика, сколіозу та плоскостопості; контроль за використанням санітарно-гігієнічних норм організації навчально-виховного процесу; регулювання фізичного навантаження; організація та контроль за дотриманням збалансованого сну, харчування дітей (включення до раціону лише біологічно корисної їжі), прийняття ними водних процедур та повітряних ванн, як чинників фізичного здоров'я);

2) забезпечення умов **психічної** складової здоров'я: регулювання психічного навантаження та профілактика психологічної перевтоми

дітей; медико-психолого-педагогічний контроль за станом здоров'я та психологічного розвитку дітей;

3) забезпечення умов *соціального* здоров'я дітей:сприяння гармонійному соціоприродному розвитку дітей;дотримання копінг-стратегій (забезпечення наявності прикладу дорослих в плані збереження свого здоров'я, як об'єкта ідентифікації дитиною – дошкільником);запобігання закріпленню негативних звичок, які слугують основою росту девіантної поведінки у дітей.

Л. Кондрашова розглядає здоров'язберігаючий аспект навчання, як актуальну проблему сучасної дидактики. За словами ученої, здоров'я людини, яка росте, визначається тим, як вона реагує на дію ззовні, в тому числі і на педагогічний вплив [2, с.10].

Сьогодні в більшості навчальних закладів доволі примітивно й однобоко вирішується питання дітей з відхиленнями від умовних 100% показників здоров'я. Наприклад, у багатьох ДНЗ діти, у яких не констатовано 100% зору, не допускаються до занять з ритміки. Натомість не розроблено ніяких компенсуючих програм занять для таких дітей, що неминуче провокує звикання до пасивного, малорухливого способу життя та гіподинамії. Подібна дискримінація просто недопустима в сучасній освіті, яка сповідує принципи гуманізму й толерантності. Торкаючись поняття гіподинамії не слід легковажити іншою крайністю в поведінкових факторах ризику як основною проекцією здоров'я – гіперактивністю. Серед психолого-педагогічних методів корекції варіантів проявів гіперактивності головна роль належить поведінковій психотерапії. Слід зазначити, що корекційна робота має починати проводитися з дітьми дошкільного віку, бо саме в цьому віці включаються компенсаторні можливості мозку і не встиг ще сформуватися патологічний стереотип (В. Трошин) [3].

Основним моментом поведінкової програми корекції ми вважаємо логічну та послідовну зміну оточення дитини вдома та в дошкільному навчальному закладі з обов'язковим забезпеченням зазначених вище умов психічної складової здоров'я. Створення сприятливих умов для подолання симптомів гіперактивності з метою створення сприятливих умов для подолання симптомів, програма спрямована на когнітивну терапію та включає: створення позитивної психологічної атмосфери ситуації успіху; вирішення навчальної

задачі варіативним шляхом; корекцію негативних форм поведінки, зокрема невмотивованої агресії на тлі гіперактивності, відсутності уваги, збитого поведінкового та мовного темпоритму, надмірної імпульсивності.

Також вирішення означених проблем вбачаємо можливим, особливо, якщо впроваджувати нестандартні форми роботи. Наводимо перелік деяких з них: динамічний релакс; виконання фізичних вправ та фізкультхвилинок в приміщенні з одночасним сеансом сухої інгаляції (ароматерапевтичний прийом); використання прийомів сміхотерапії впродовж навчального процесу, під час виконання фізичних, танцювальних вправ (виняток становлять дихальні та амплітудні вправи, а також водні процедури); виконання фізичних вправ під час розігрування ролей персонажів комп'ютерних ігор.

Проблеми сучасної дошкільної освіти вміщують в собі не лише питання змісту та методики, а й пошук відповідей на питання: як уникнути техногенних, стресогенних чи то дидактогенних факторів, які можуть нашкодити здоров'ю дітей.

Література

1. Агаджанян Н. А. Эколого-физиологические и социальные подходы к оценке здоров'я [Текст] / Н. А. Агаджанян // Труды науч. семинара РАМН по экспериментальной и прикладной физиологии. Социальная физиология: оценка состояния человека. – М. – Т.4. – 1994. – С.5-20.
2. Кондрашова Л. В. Здоров'язберігаючий аспект навчання як актуальна проблема сучасної дидактики [Текст] / Л. В. Кондрашова // Зб. наук. праць : Оновлення змісту освіти, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти. – Р. : Рівненський держ. гуманітарний університету, 2014. – С.8-12.
3. Трошин В. Н. Болезни нервной системы. Профилактика и методы лечения / В.Н. Трошин. – М., 2005. – 360с.
4. Електронний ресурс // Режим доступу : [valeologija.ru / knigi/ posobie – ro-omz / 487 – opredelenie ponyatiya](http://valeologija.ru/knigi/posobie-ro-omz/487-opredelenie-ponyatiya). – Назва з екрану.

СУБ'ЄКТИВНА ОЦІНКА СТАНУ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ЯК МОТИВАЦІЯ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ

Сергєєва Т. П., Волкова Т. В.

Одеська національна академія харчових технологій, Україна

Анотація. У статті розглянуто стан здоров'я студентської молоді. Вивчено самооцінку стану здоров'я студентів I курсу, визначено біологічний вік, а також вивчено мотивацію студентської молоді до здоров'язбереження.